

### မာတိကာ

● သမားတော်ကြီးဦးသောင်းနိုင်၏ အမှာစာ	၇
● စာရေးသူ၏ အမှာစာ	၉
၁။ အာကာသပျက်လျှင် ခန္ဓာပျက်မည်	၁၁
၂။ ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အခိုးအာကာသတို့၏ အန္တရာယ်	၁၆
၃။ နေပူပူကပြန်လာပြီး ချက်ချင်းရေချိုးလျှင် မျက်စိကွယ်နိုင်၏	၂၀
၄။ ခါးနာနှင့် သတင်းစာပို့လုပ်ငန်း	၂၆
၅။ အိမ်ရှင်မများနှင့် အစာအာဟာရ	၃၁
၆။ သြဂုတ်လနှင့် အစာအာဟာရ	၃၆
၇။ ကျန်းမာသက်ရှည်၍ သက်တမ်းစေ့နေနိုင်ရန်နည်း	၄၂
၈။ အသက်ရှည်ကြောင်းတရားငါးပါး	၅၁
၉။ ကျန်းမာသက်ရှည်လိုသူတို့ သတိပြုစရာလေးများ	၅၆

၁၀။ ခန္ဓာကိုယ်၏ အရေးအပါဆုံးနှလုံး	၆၂
၁၁။ ရှေးမြန်မာကြီးတို့၏ ဆေးနည်းတိုလင်္ကာများ (၁)	၆၇
၁၂။ ရှေးမြန်မာကြီးတို့၏ ဆေးနည်းတိုလင်္ကာများ (၂)	၇၃
၁၃။ မြန်မာမှုမှန် ခွေးရူးပြန်ရောဂါကုထုံး	၇၇
၁၄။ လောဏသောဝီရက ဆေးတော်ကြီး	၈၆
၁၅။ လေဖြတ်လျှင် အရပ်ပြောဖြင့် ရမ်းမလုပ်ပါနှင့်	၉၂
၁၆။ အနာသိလျှင် ဆေးရှိသည်	၉၈
၁၇။ ဆီးချို သွေးချို သွေးတိုးရှိလျှင် လေဖြတ်နိုင်ခြေရှိသည်	၁၀၃
၁၈။ ယောက်ျားများ သိထားသင့်သော ဆီးပူညောင်းကျရောဂါ	၁၀၈
၁၉။ ကြို့ကြီးထိုးရောဂါ	၁၁၄
၂၀။ အိပ်မပျော်သောညများ	၁၂၀